

مصارعة السومو والمعوقين بصرياً

أنور حسين النصار

منصة يم للتربية الخاصة

أغسطس ٢٠٢٦ م

مصارعة السومو هي رياضة قتالية يابانية تقليدية عريقة، تركز على الوزن والقوة، حيث يهدف مصارعان داخل حلبة دائرية صغيرة إلى إخراج الخصم خارج الدائرة، أو إسقاطه أرضاً. يرتكز قانونها على أن أول من يلمس الأرض بغير قدميه يعتبر خاسراً. تبلغ مساحة حلبة مصارعة السومو (المعروفة باسم الدوهيو - Dohyo) ١٦ متراً مربعاً تقريباً بقطر يبلغ ٤,٥٥ متر (ما يعادل حوالي ١٥ قدماً تقريباً). وتتمثل شروط الفوز في الجولة على ما يأتي:

- إذا نجح المصارع في دفع خصمه خارج حدود الحلبة الدائرية (الدوهي)
 - إذا أجبر المصارع خصمه على لمس أرضية الحلبة بأي جزء من جسده غير باطن قدميه (مثل الركبة، اليد، أو الظهر).
- تتضمن محظورات رياضة السومو، قواعد صارمة داخل الحلبة وخارجها أبرزها: حظر الضرب بالقبضة، الركل، شد الشعر، خنق الخصم، أو الإمساك بالحزام بمنطقة وسط الجسم.

كيف تكون مصارعة السومو مناسبة للمعوقين بصرياً؟

يمكن أن تكون مصارعة السومو مناسبة لذوي الإعاقة البصرية إذا ما أخذ في الاعتبار ما يأتي:

- مضاعفة الإضاءة في الحلبة.
- لبس ملابس بألوان متضادة مع الأرضية.
- إبراز ملمس دائرة الحلبة أو خط الدائرة أو وضوح لون الخط.
- يكون الدفع وشد بتماسك الذراعين أو الكتفين.
- أن يكون المكان هادئاً أثناء اللعب.

لعل الجمعيات المعنية بذوي الإعاقة البصرية، تضمن مناشطها الرياضية تدريب أعضائها على مصارعة السومو لسهولة قوانين اللعبة، وبساطة تهيئة مكان اللعب.